

CONJUNTO DE RECURSOS

PARA LA JUBILACIÓN

Después de años de arduo trabajo, usted ansía que llegue el día de jubilarse. Elegir cuándo jubilarse es una decisión importante e implica algunos asuntos que debería tener en cuenta a la hora de planificar su jubilación. Mientras más conocimiento tenga antes de comenzar a tomar decisiones, mejor será su situación cuando esté jubilado.

Este conjunto de recursos para la jubilación es presentado por los tres organismos federales que están involucrados en los elementos clave de la planificación y la seguridad de su jubilación: el Departamento del Trabajo, la Administración del Seguro Social y los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid.



Planes de ahorro de la jubilación

Los planes de ahorro de la jubilación de su empleador son una parte esencial de su futura seguridad financiera. Si tiene un plan 401(k) u otro plan de ahorro de la jubilación en el trabajo, inscríbese y contribuya lo más que pueda. Si su empleador también realiza contribuciones al plan, a veces, como contribuciones paralelas, averigüe cuál es el monto de estas contribuciones del empleador y cuánto debe contribuir para aprovecharlas al máximo. Como se indica en el gráfico, a los 50 años de edad, puede comenzar a realizar contribuciones suplementarias para ahorrar aún más para la jubilación. No use sus ahorros para la jubilación. Mientras más tiempo permanezca el dinero en la cuenta, más tiempo tendrá para acumularse. Si retira dinero demasiado temprano, antes de los 59 años y medio de edad, no solo perderá capital e intereses sino que es posible que también deba pagar una multa. A los 70 años y medio de edad, deberá comenzar a retirar una cierta cantidad, llamada una distribución mínima requerida; de lo contrario, correrá el riesgo de tener que pagar una multa.

También es importante que comprenda cómo funciona su plan y qué beneficios recibirá. Conozca las diferentes características y disposiciones de su plan. Solicite información al administrador de su plan, a la oficina de recursos humanos o a su empleador. También conozca sus derechos y responsabilidades en virtud de la ley federal que regula su plan, la Ley de Seguridad de los Ingresos

de Jubilación de los Empleados (ERISA, por sus siglas en inglés).

Mientras trabaje, fíjese en cuánto ha ahorrado para su jubilación, cuánto podría recibir en beneficios del Seguro Social y qué otros ahorros tiene. También, observe sus gastos actuales y piense en cómo serán cuando se jubile. Por ejemplo, es probable que sus costos relacionados con el trabajo disminuyan y que los costos en atención de la salud aumenten. Comenzar a ocuparse de este asunto ahora mismo puede ayudarlo a realizar cambios mientras todavía tiene tiempo antes de la jubilación a fin de compensar cualquier déficit de ahorro o modificar sus metas. También recuerde revisar sus planes al menos una vez al año para ver si debe realizar cambios a fin de mantenerse en el camino hacia la obtención de una jubilación segura.

Seguro Social

Elegir cuándo comenzar a recibir los beneficios de Seguro Social es una parte importante de la decisión de cuándo jubilarse. Si elige comenzar a recibir beneficios por jubilación a cuando cumpla su plena edad de jubilación, recibirá la cantidad completa de sus beneficios. Si decide demorar la reclamación de sus beneficios hasta después que haya cumplido su plena edad de jubilación, puede obtener créditos de Seguro Social que aumenten la cantidad del beneficio mensual en aproximadamente un 8

por ciento por cada año de demora, hasta los 70 años de edad. Si comienza a recibir los beneficios de Seguro Social antes de cumplir su plena edad de jubilación, sus beneficios serán reducidos hasta un 30 por ciento, dependiendo de la fecha en que comience a recibir los beneficios.

La plena edad de jubilación del año de su nacimiento. Si usted nació en 1942 o antes, ya tiene derecho a recibir sus beneficios del Seguro Social sin reducción. Si nació entre 1943 y 1954, su plena edad de jubilación es 66. Si nació entre 1955 y 1959, su plena edad de jubilación aumenta gradualmente hasta llegar a los 67 años de edad para aquellos nacidos desde el 1960 en adelante.

Si reclama sus beneficios antes de cumplir su plena edad de jubilación y sigue trabajando, sus ingresos estarán sujetos a un límite anual de ganancias y la cantidad de sus beneficios podrían disminuir si sus ganancias superan dicho límite. Sin embargo, una vez que cumpla su plena edad de jubilación, la cantidad de sus beneficios mensuales aumentará permanentemente para compensar cualquier mes en que sus beneficios hayan sido reducidos. El límite de ganancias anuales ya no será aplicada después que usted cumpla su plena edad de jubilación y la cantidad de sus beneficios no disminuirá independientemente de cuánto gane.

Medicare

Partes A y B

Si ya recibe los beneficios de Seguro Social, será inscrito automáticamente en la Parte A de Medicare (seguro de hospital) y (excepto en Puerto Rico) en la Parte B de Medicare (seguro médico) a partir del primer día del mes en que cumpla sus 65 años. Si cumple años en el primer día del mes, la Parte A y la Parte B comenzarán el primer día del mes anterior. Medicare le enviará una tarjeta de Medicare e información general antes de la fecha en que comience a tener derecho a la cobertura.

En la mayoría de los casos, no pagará una prima mensual por la cobertura de la Parte A si usted o su cónyuge pagaron los impuestos de Medicare mientras trabajaban. Sin embargo, la Parte B de Medicare es un programa voluntario que, en general, requiere el pago de una prima mensual. Si no quiere conservar la Parte B, debe seguir las indicaciones para avisar esto a Medicare cuando reciba su tarjeta. De lo contrario, se le cobrará la prima mensual de la Parte B.

Si, al cumplir sus 65 años, no recibe los beneficios de Seguro Social, debe comunicarse con el Seguro Social e inscribirse en Medicare durante su período de inscripción inicial. Este período de siete meses comienza tres meses antes de que cumpla sus 65 años, incluye el mes en que cumple sus 65 años y finaliza tres meses después del mes en que cumple sus 65 años.

Si ya tiene la cobertura de un plan de salud grupal patrocinado por su empleador o el de su cónyuge, debe comunicarse con el administrador de beneficios del empleador para consultar si le convendría posponer la inscripción en la Parte B hasta el momento de su jubilación. Esta decisión dependerá de cómo funciona su seguro con Medicare. Una vez que finalice su empleo, tendrá un período de ocho meses en el cual podrá inscribirse en la Parte B.

Partes C y D

Cualquier persona que tiene las coberturas de las Partes A y B de Medicare puede inscribirse en un plan Medicare Advantage (Parte C). Cualquier persona que tiene la cobertura de la Parte A o la Parte B de Medicare puede obtener la Cobertura de medicamentos recetados de Medicare (Parte D).

Existen momentos específicos en los cuales puede inscribirse en Medicare Advantage (Parte C) y la Cobertura de medicamentos recetados de Medicare (Parte D) o realizar cambios en la cobertura que ya tiene:

1. Cuando obtiene el derecho a la cobertura de Medicare.
2. Entre el 15 de octubre y el 7 de diciembre de cada año.

3. En ciertas circunstancias que le dan derecho a calificar para un período de inscripción especial, tales como las siguientes:

- Se muda.
- Tiene derecho a la cobertura de Medicaid.
- Tiene derecho a recibir la ayuda adicional para los costos de los medicamentos recetados de Medicare.
- Recibe atención médica en una institución como un centro de enfermería especializada o un hospital de atención a largo plazo.

Importante: A fin de evitar pagar una penalidad por inscripción tardía en la Parte D, debe inscribirse en la Parte D apenas comience a tener derecho a la cobertura de Medicare; de lo contrario, deberá demostrar que cuenta con una cobertura acreditable de medicamentos si demora en inscribirse en la Parte D. Se considera cobertura acreditable de medicamentos recetados a una cobertura que paga, en promedio, un monto equivalente al de la cobertura estándar de medicamentos recetados de Medicare, como mínimo. El plan de salud patrocinado por su empleador le comunica cada año si su cobertura de medicamentos es una cobertura acreditable.

Los derechos de las personas de la tercera edad y la protección contra el fraude y el abuso

El abuso de personas de la tercera edad, que incluye el fraude y la explotación financiera, es un problema cada vez mayor. La explotación financiera tiene muchas variantes, entre ellas, el cobro de cheques sin autorización, el mal uso o el robo de dinero o posesiones, las amenazas y el engaño de las personas mayores con el objetivo de que firmen documentos legales y el uso inadecuado de la tutela, la custodia o el poder notarial. Las personas que tengan inquietudes al identificar indicios de que podría existir un problema de este tipo pueden llamar a los organismos estatales y locales para solicitar ayuda.

Información adicional sobre:

Planes de ahorro de la jubilación, pensiones y planes de salud

Cómo resolver el misterio de la planificación de su jubilación

– Esta publicación fue diseñada para ayudar a que las personas que están dentro de los 10 años previos a la jubilación calculen sus ingresos, ahorros y gastos previsibles de la jubilación a fin de que comprendan cuánto más deben ahorrar.

<http://www.dol.gov/ebsa/publications/nearretirementsp.html>

También está disponible en inglés.

<http://www.dol.gov/ebsa/publications/nearretirement.html>

Su dinero y futuro económico: Una guía para ahorrar

– Este recurso de planificación financiera ofrece un proceso fácil de seguir que permite establecer objetivos y prioridades, y también muestra cómo incluir una jubilación segura como parte de un plan financiero general.

<http://www.dol.gov/ebsa/pdf/savingsfitnesssp.pdf>

También está disponible en inglés.

<http://www.dol.gov/ebsa/pdf/savingsfitness.pdf>

Las 10 mejores maneras de prepararse para la jubilación

– Esta publicación le ofrece 10 pasos para ayudarlo a comenzar a prepararse para la jubilación.

http://www.dol.gov/ebsa/publications/10_ways_to_prepare.html

También está disponible en inglés.

http://www.dol.gov/ebsa/publications/10_ways_to_prepare.html

Las mujeres y el ahorro para la jubilación

– Esta publicación ofrece consejos útiles para las mujeres.

<http://www.dol.gov/ebsa/publications/womenspn.html>

También está disponible en inglés.

<http://www.dol.gov/ebsa/publications/women.html>

Cómo presentar una reclamación por sus beneficios de jubilación

– Esta publicación describe las obligaciones del plan y explica brevemente los

procedimientos y gráficos que deben seguirse para presentar una reclamación por beneficios de jubilación.

<http://www.dol.gov/ebsa/publications/filingretirementclaimsp.html>

También está disponible en inglés.

<http://www.dol.gov/ebsa/publications/FilingRetirementClaim.html>

Lo que usted debe saber... sobre su plan de

jubilación– Este cuadernillo lo ayuda a comprender su plan de jubilación y explica qué información debe consultar periódicamente y a quién debe recurrir para solicitar ayuda si tiene preguntas.

<http://www.dol.gov/ebsa/publications/wyskaprsp.html>

También está disponible en inglés.

<http://www.dol.gov/ebsa/publications/wyskapr.html>

Can the Retiree Health Benefits Provided by Your Employer Be Cut? – Esta publicación explica cómo algunos planes de atención de la salud proporcionados por el empleador pueden continuar durante la jubilación. Es importante comprender qué tan seguros son esos beneficios.

http://www.dol.gov/ebsa/publications/retiree_health_benefits.html

Solo está disponible en inglés.

A Look at 401(k) Plan Fees – Cada vez más empleados invierten en su futuro mediante planes 401(k). Esta publicación destaca los cargos más comunes a fin de

ayudar a los participantes del plan 401(k) a realizar decisiones de inversión con conocimiento de causa.

http://www.dol.gov/ebsa/publications/401k_employee.html

Solo está disponible en inglés.

Los cambios de vida requieren tomar decisiones médicas...Conozca sus opciones de beneficios –

Este cuadernillo aborda el matrimonio, el divorcio, el fallecimiento del cónyuge y otros eventos de la vida que pueden hacer que sea necesario realizar cambios en la cobertura de salud.

<http://www.dol.gov/ebsa/publications/lifechangessp.html>

También está disponible en inglés.

http://www.dol.gov/ebsa/publications/life_changes.html

Los cambios de condición laboral requieren hacer elecciones médicas...Proteja sus derechos – Este cuadernillo aborda la jubilación, la pérdida del empleo y otros eventos de la vida laboral que pueden hacer que sea necesario realizar cambios en la cobertura de salud.

<http://www.dol.gov/ebsa/publications/workchangessp.html>

También está disponible en inglés.

http://www.dol.gov/ebsa/publications/work_changes.html

QDROs – Qualified Domestic Relations Orders – Esta publicación proporciona información sobre la división del interés de un participante de un plan de jubilación durante la separación, el divorcio y otros actos de relaciones domésticas.

<http://www.dol.gov/ebsa/publications/qdros.html>

Solo está disponible en inglés.

Beneficios de Seguro Social

Beneficios por jubilación – Esta publicación ofrece un resumen de los beneficios de Seguro Social y de Medicare.

www.segurosocial.gov/pubs/ES-05-10935.pdf

También está disponible en inglés.

www.socialsecurity.gov/pubs/EN-05-10035.pdf

Lo que toda mujer debe saber – El Seguro Social desempeña una función importante en la provisión de seguridad económica a las mujeres. Esta publicación proporciona información sobre el derecho a los beneficios por jubilación, incapacidad, divorcio y viudez de Seguro Social.

www.segurosocial.gov/pubs/ES-05-10927.pdf

También está disponible en inglés.

www.socialsecurity.gov/pubs/EN-05-10127.pdf

Cuándo comenzar a recibir los beneficios por

jubilación – Esta publicación le explica sus opciones a la hora de decidir cuándo jubilarse y los efectos que esta decisión tiene sobre sus beneficios por el resto de su vida.

www.segurosocial.gov/pubs/ES-05-10148.pdf

También está disponible en inglés.

www.socialsecurity.gov/pubs/EN-05-10147.pdf

Cómo el trabajo afecta sus beneficios

– Esta publicación explica el límite de ganancias de las personas que no han cumplido su plena edad de jubilación cuando solicitan los beneficios de jubilación y siguen trabajando y recibiendo los beneficios al mismo tiempo.

www.segurosocial.gov/pubs/ES-05-10969.pdf

También está disponible en inglés.

www.socialsecurity.gov/pubs/EN-05-10069.pdf

Eliminación de ventaja imprevista – Esta publicación explica cómo sus beneficios por jubilación pueden ser reducidos si usted trabajaba para un empleador, tal como un organismo del gobierno, que no retenía impuestos de Seguro Social de su salario.

www.segurosocial.gov/pubs/ES-05-10945.pdf

También está disponible en inglés.

www.socialsecurity.gov/pubs/EN-05-10045.pdf

Ajuste por pensión del gobierno – Esta publicación explica que, si usted recibe una pensión del gobierno federal, estatal o local por la cual no pagó impuestos de Seguro Social, es posible que haya una reducción en los beneficios que reciba como cónyuge o viuda o viudo.

www.segurosocial.gov/pubs/ES-05-10907.pdf

También está disponible en inglés.

www.socialsecurity.gov/pubs/EN-05-10007.pdf

mySocial Security – Su cuenta personal de «**mySocial Security**» por Internet es un recurso valioso de información sobre cada etapa de su vida, desde sus años de trabajo hasta su jubilación. Durante sus años de trabajo, puede usarla para acceder a su Estado de cuenta de Seguro Social (Social Security Statement - solo disponible en inglés).

www.segurosocial.gov/espanol/micuenta/

También está disponible en inglés.

www.socialsecurity.gov/myaccount

Calculador de beneficios de jubilación – El Calculador de beneficios de jubilación está vinculado con su registro de ganancias de Seguro Social y ofrece cálculos muy precisos de la cantidad de los beneficios para aquellos que están cerca de la edad de la jubilación. El Calculador es interactivo y permite que el usuario compare diferentes opciones de jubilación.

www.segurosocial.gov/espanol/calculador/

También está disponible en inglés.

www.socialsecurity.gov/estimator

Planificador de beneficios por jubilación: Planifique su jubilación. – Este Planificador de jubilación ofrece información detallada sobre sus beneficios de Seguro Social en virtud de la ley vigente. También destaca algunos asuntos que debería tomar en cuenta mientras planifica su futuro.

También está disponible en inglés.

www.segurosocial.gov/espanol/jubilacion2/index.htm

También está disponible en inglés.

www.socialsecurity.gov/retire

Solicitud de beneficios de jubilación por Internet

– Cuando esté listo para solicitar sus beneficios de jubilación, solicítelos por Internet desde la comodidad de su hogar u oficina. Es fácil y seguro. Simplemente debe responder a las preguntas de la solicitud y seleccionar el botón «Enviar ahora» que se encuentra al final para enviarnos la solicitud.

www.segurosocial.gov/jubilarseporinternet

También está disponible en inglés.

<https://secure.ssa.gov/iCLM/Ent001View.do?lang=en>

Portal de enlace multilingüe

Muchas de nuestras publicaciones también están disponibles en más de una docena de idiomas. Visite nuestro portal de enlace multilingüe en www.socialsecurity.gov/multilanguage para obtener más información.

Beneficios de Medicare

Medicare (publicación número 05-10043 de la Administración del Seguro Social) – Esta publicación proporciona información básica acerca de qué es Medicare, quién recibe cobertura y algunas de las opciones que tiene para elegir la cobertura de Medicare.
www.segurosocial.gov/pubs/ES-05-10943.pdf
También está disponible en inglés.
www.socialsecurity.gov/pubs/EN-05-10043.pdf

Medicare y Usted (publicación número CMS-10050) – Esta guía general proporciona más información sobre los beneficios que se encuentran disponibles en virtud de Medicare y los períodos de inscripción. Se envía por correo después de que la persona se inscribe en Medicare y también se envía una versión actualizada cada otoño.
www.medicare.gov/Publications/Pubs/pdf/10050-S.pdf
También está disponible en inglés.
www.medicare.gov/Publications/Pubs/pdf/10050.pdf

La inscripción en las Partes A y B de Medicare (publicación número CMS-11036) – Ofrece información adicional sobre la inscripción en las Partes A y B de Medicare, tal como quién puede inscribirse, cuándo es posible inscribirse y de qué manera el momento de la inscripción puede afectar sus costos.
www.medicare.gov/Publications/Pubs/pdf/11036-S.pdf

También está disponible en inglés.
www.medicare.gov/Publications/Pubs/pdf/11036.pdf

Ayuda con sus costos de Medicare – Para obtener ayuda con sus costos de Medicare, debe estar inscrito en Medicare, tener ingresos y recursos limitados y residir en uno de los 50 estados o en el Distrito de Columbia.
www.medicare.gov/Publications/Pubs/pdf/10126-S.pdf
También está disponible en inglés.
www.medicare.gov/publications/pubs/pdf/10126.pdf

El Beneficio Adicional con los gastos del plan de medicamentos recetados de Medicare – Para obtener ayuda con los costos del plan de medicamentos recetados de Medicare, debe estar inscrito en Medicare, tener ingresos y recursos limitados y residir en uno de los 50 estados o en el Distrito de Columbia.
www.segurosocial.gov/prescriptionhelp/index_sp.htm
También está disponible en inglés.
www.socialsecurity.gov/prescriptionhelp/

Solicitar solo Medicare – Es publicación proporciona información sobre la inscripción en las Partes A y B de Medicare a los 65 años de edad para aquellas personas que todavía no están preparadas para reclamar beneficios del Seguro Social.
www.segurosocial.gov/espanol/jubilacion2/solomedicare.htm
También está disponible en inglés.
www.socialsecurity.gov/retire2/justmedicare.htm

Ayuda en otros idiomas

Muchas publicaciones de Medicare se encuentran disponibles en otros idiomas. Visite www.medicare.gov/publications para obtener más información.

Los derechos de las personas de la tercera edad y la protección contra el fraude y el abuso

El National Center on Elder Abuse (NCEA) cuenta con recursos e información sobre la explotación financiera y el fraude. Las personas que sospechen que existe un caso de abuso o abandono de personas de tercera edad pueden encontrar recursos, líneas de ayuda y líneas directas de su estado, o bien, llamar al Eldercare Locator al 1-800-677-1116 para obtener información específica de su estado.

<http://ncea.aoa.gov>

Comuníquese con nosotros

Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU.

Centros de Servicios de Medicare y Medicaid

<http://es.medicare.gov>

1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)

TTY: 1-877-486-2048

Departamento del Trabajo de EE.UU.

Administración de Seguridad de Beneficios del Empleado

www.askebsa.dol.gov

1-866-444-3272

TTY: 202-501-3911

Administración del Seguro Social de EE.UU.

www.segurosocial.gov

1-800-772-1213

TTY: 1-800-325-0778